

2018
おもろ
チャレンジ

本当の「フランスパン」を探して

－フランス人が一番好きなパンはどれ？－

文学部 3年

岩松 佳那

フランス

2018年9月14日-

2018年10月13日



渡航概要と内容

【渡航概要・内容】

私のおもろチャレンジは「本当の『フランスパン』を探して－フランス人が一番好きなパンはどれ？－」をテーマに、フランスで最も人気のパンを調査し、食文化の一端を知ろうと試みたものです。

フランスには「フランスパン」という名称のパンはありません。日本のパン屋で販売されている、あの細くて長いパンは正式にはバゲットと言います。フランスパン——バゲット——は国の名前を冠するに値するほど、フランス人によく食べられるパンなのではないでしょうか。この疑問を解消することを目的に9月中旬から1カ月、私はフランスに滞在しました。調査対象地は、首都のパリを中心にリヨン、マルセイユ、ニース、ボルドーといった主要都市です。調査方法は、ブーランジェリー（以下文中ではフランス国内のパン屋を意味する）で働くパン職人・販売員と現地住民へのヒアリングです。前者には製造・販売に関する質問——どのパンが売れ筋であるか、何にこだわりを持っているのか等——を伺いました。同時に、パンの販売価格や店の営業時間の記録を行いました。後者には、パンにまつわる食生活の質問——好きなパンは何か、何と一緒に食べるのか、どれくらいの頻度でパンを食べるのか、どこのブーランジェリーがおすすめか等——を伺いました。また、フランスは国土が広いことから、食文化に地域差があることが予想されました。そこで地方ごとにパンの種類や価格にどのような違いがあるのか比較を行いました。

【苦労した点・トラブル】

①フライト欠航

9月4日に関西に直撃した台風21号によって関西国際空港は甚大な被害を受けました。空港は閉鎖され、搭乗予定の便も欠航になりました。私は、旅行予約サイトを通して予約していたた

め、航空会社が用意した他空港発の臨時便変更に応じてもらえませんでした。その上、予約サイトへ問い合わせても応答がなく、出国3日前になっても身動きが取れない状態でした。結局、予約サイトにキャンセル料を支払い、中部国際空港発の便を取り直すことで無事渡航することはできましたが、予算を大幅に超過してしまいました。予約サイトは航空会社間のフライトの比較に便利な反面、こういった不測時に対応が遅れることを学びました。

②体調不良

フランスに到着して間もなく39度近くの熱が出ました。加入している海外渡航保険会社コールセンターに電話をしたところ、パリ郊外に日本人医師がいらっしゃることを教えていただき、診察を受けることにしました。結局2度通院し、処方された薬を服用しながら3日間を療養に充てることになりました。母語が通じない土地で、人に頼ることができず非常に心細かったです。医師の三村先生にお会いして、日本語が話せた時の安堵感は忘れることができません。通院のためのタクシー代・診察費・処方箋代の計7万円は帰国後返金されました。万が一に備えて保険に入ることの重要性を痛感しました。

渡航を通じて感じたこと・学んだこと

調査の結果、以下のことが明らかになりました。

まず、フランスのパンは大きく分けて3つのカテゴリーに分けられます。「パン・スペシオ」、「ヴィエノワズリー」、「パン・トラディショナル」というものです。パン・スペシオとは、田舎パンを意味するパン・ド・カンパーニュやライ麦パンなどを指します。小麦だけでなく、他の穀物が加えられており、重量があり酸味が強いのが特徴です。価格は1ホールあたり5ユーロ前後（約700円）で、3日ほど日持ちします。フランスでは何世紀も前から親しまれてきた伝統的なパンですが、固く風味が独特で、付け合わせの食事を選ぶことから、あまり販売個数は多くないそうです。実際に食べてみると、1切れでお腹一杯になるほど生地密度が高いです。そして日本のものに比べてライ麦の味が濃く、ワインやチーズよりはビールや塩胡椒の効いたドイツ系料理と合いそうと感じました。次にヴィエノワズリーとは、砂糖や卵、バターをたっぷり使った贅沢なパンです。日本でも慣れ親しまれているクロワッサンやブリオッシュなどが代表格です。フランスのパンという印象が強いですが、もともとはオーストリアのウィーンで誕生しました。ヴィエノワズリーは、17世紀に菓子職人がフランスに持ち込んだと言われていいます。現在フランスでは、朝ごはんやおやつとして食べられます。特に価格が1ユーロと手頃であるクロワッサンとパン・オ・ショコラ（チョコレートをクロワッサン生地で巻いたパン）、ブリオッシュの3つが売れ筋です。少し高価になりますが、エスカルゴ（渦巻型のクロワッサン生地にレーズンやピスタチオといったフレーバーが織り込まれたパン）、ショソン・オ・ポム（アップルパイのこと）も人気が



パリ到着日にルーブル宮殿の前で撮影

あります。いずれのパンも日本のものよりサイズが大きく、生地の焼き目もしっかりとしています。食べてみると、贅沢に使われたバターが香りが口いっぱいに広がります。フランスは農業大国であり、乳製品が安価です。特に、バターは日本の5分の1程度の価格で購入することができます。ヴィエノワズリーの味の濃さや手頃な価格設定は原材料の安さに起因しているのではないかと考えます。3つ目のパン・トラディショナルとは、バゲットに代表される伝統的な食事パンを指します。材料は小麦粉、水、塩、イーストとシンプルですが、量の差や形の違いで、数十種類の別称が付けられています。大きさによってクラスト（パンの外皮）とクラム（パンの中身）の比率が変わるため、味わいや食感に違いが表れます。正直私にはその差異がほとんどわかりませんでした。フランス人は、食事内容や用途によって使い分けるそうです。バゲットと名の付くものだけでも4~5種類あります。この中で最も人気のあるものは、バゲット・トラディションというものです。普通のバゲットに比べて低温で時間をかけて発酵されているため、弾力があり、小麦の味がしっかりと感じられます。焼き目も色濃く、食事パンとして利用されます。ブーランジェリーでバゲットを購入した時に驚いたのが、日本とは大きく異なる包装方法です。日本ではビニール袋や細長い専用の紙袋に入れられるのが一般的ですが、フランスではもっと簡易的です。バゲットの半分ほどの長さの紙袋に入れられるか、手で持つ部分だけ紙を巻かれます。日本人の私には、衛生面が気になりましたが、彼らはほとんどむき出しのバゲットを小脇に挟んで、颯爽と町を歩いていました。価格は、バゲットが1本1ユーロ前後、トラディションは1.3~1.5ユーロと、日本の相場の半額程度でした。家族のために2、3本まとめて購入している人もしばしば見かけました。フランス人は1日かけて1人当たり1本以上のバゲットを消費するそうです。彼らは早朝にブーランジェリーで購入したバゲットを三食に分けて食べ切ります。朝には半分にスライスしたバゲットにジャムやバターを塗ったものを、オレンジジュースやコーヒー、ホットショコラと一緒に食べます。昼は、チーズやハムを挟みサンドウィッチにします。朝昼に比べて夜ご飯は軽めに済ませます。スープなど簡単な料理とバゲットと一緒に食べたり、時にはワインとチーズとバゲットのみで完結することもあるそうです。フランスのバゲットは日本のものよりもクラストが厚く、クラムが柔らかく食べやすいため、日本人にとっての白米と同じように、食事を邪魔せず、何にでも合わせられる主食の位置付けだと考えます。



店に陳列されたピスタチオとキイチゴのフレーバーのエスカルゴ



対面販売のパン屋店内風景

これらフランスのパンが販売されているブーランジェリーもまた、日本とは異なる特徴を持ちます。パリをはじめ都市部には、日本で最もパンの消費量が多い京都府よりも、ずっと多くのブーランジェリーが建ち並んでいます。中には、ライバル店が隣接しているところもありました。営業時間は早朝から21時ごろまでと長く、いつでも焼きたてのパンを購入することができます。店内では常時数十種類のパンが販売されています。フランス人は、それぞれ近所に最良のブーランジェリーを持っています。日本では自分で選んだパンをトレーにのせてレジへ運ぶセルフ形式の店が多いですが、フランスでは店員に声をかけて取ってもらう対面販売が一般的



朝7時から行列ができるパリの有名ブーランジェリー

です。毎日のように注文時に挨拶をしていると、次第に世間話をし、「いつもの」で注文が通じやすいような関係性が築かれます。こうして馴染みの店では店員と顧客の間で、パンを通じたコミュニティが形成されていきます。顧客の中には、焼き加減や焼き上がり時間にまで注文する者もいるようで、パン職人は可能な限り要求に応じるそうです。このような両者のパンに対する並々ならぬ、こだわりはフランスならではの感じがします。また、店内ではパンだけでなく、ケーキやサラダなども販売されています。日本のような惣菜パンというものは少ないですが、バゲットサンドが多種類売られています。正午には、社会人や学生たちがバゲットサンドを買い求めて列を作ります。またフランスでは各地域で、パンに関するさまざまなコンクールが実施されています。最も有名なものはパリ市のブーランジェリーを対象に行われる「バゲットコンクール」です。1年に1度開催されるこのコンクールでは、パン職人が出品したバゲットを味、焼け具合、香り、見た目（長さ、重さ）、皮の5つの基準で審査し、順位を付けます。優勝したブーランジェリーは、1年間大統領官邸のあるエリゼ宮にバゲットを納入される権利を手に入れます。さらに、店の外観には一目で優勝したことが分かるステッカーが貼られ、メディアやグルメに注目されるので、瞬間に人気店になります。私も歴代の優勝店を幾つか訪れましたが、どの店も途絶えることのない行列ができていました。

最後に、フランス人が食事の付け合わせとしてどういったパンを食べるのか知るために、レストランにて提供されるパンに着目しました。フランスのレストランでは、料理を注文するとパンがサービスで付いてきます。滞在中は、学生が集まるカフェテリア、大衆食堂、星付きの高級店などあらゆる価格帯のレストランを訪問しました。ほとんどの店で提供されるパンは、3~4 cm幅で切られたバゲットでした。高級店ではバゲットに加えて、数種類の味付きパンが食事とペアリングされていました。また、地方に行くと



バゲット・トラディションコンクール受賞店であることを示す外観

隣国の食文化の影響を受けたパンや田舎パンを添える店も見られました。例えば、イタリアとの国境近くにあるニースでは、フォカッチャやチャバタといったイタリア系のパンが出てきました。リヨンでは郷土料理が食べられるブションにて、パン・ド・カンパーニュが提供されました。このようにレストランの価格帯、地域によって一部差があったものの、バゲットを提供する店が圧倒的に多数でした。食事パンとして万能なバゲットが定番であるようです。

これらの調査結果を踏まえて、やはりフランス人にとって国を代表するパンがバゲット（あるいはバゲット・トラディション）であると考えます。確かに彼らはバゲット以外のパンも好んで食べます。しかしバゲットほど手頃で汎用性が高く、消費量が多いパンは他にありません。バゲットは年齢や立場に関係なく皆に愛されています。またパン職人も消費者も、このシンプルなパン以上に、誇りとこだわりを持っているパンは他にありません。バゲットは、もはやパンの領域を超え、彼らの生活の一部となり、さらには食文化形成に働きかけていると言えるのではないのでしょうか。

■ 今回の経験をどのように今後生かしていくか

この研究の成果をもとに、卒業論文を執筆することを考えています。日本は様々な国の文化を積極的に受け入れて自国に適応する国だといわれていますが、特に食文化の面で、他国の文化を受け入れるときに、どのような変化を相互にもたらしあうのかということに興味があります。この研究テーマの具体的な対象としては、日本でも非常になじみ深く、世界的にも人気のあるフランス料理と、日本の食文化——特に和食を比較・検討し、その関係性を考察したいと思っています。その具体的な事例の一つとして、今回の調査を論文の中で紹介しようと考えています。

■ 今後本プログラムを希望する学生へのアドバイス

とりあえず応募しようとしてみてください。特に目標が無く、なんとなく毎日を過ごしている渡航前の私のような方にこそ応募してもらいたいです。私がこの制度を知った時頭に浮かんだのは、フランスに行きたい、本場のパンが食べたい、お金が欲しいという3つの野心でした。不純と思われるかもしれませんが、この気持ちだけでは志望動機書は書けません。重要なのは、その気持ちを具現化するためにどう行動するかだと思います。私は、おもろチャレンジの名にふさわしいテーマを探すために論文や書籍を読み漁り、フランスとパンへの理解を深めました。先輩や過去の採択者に連絡を取り、相談に乗っていただきました。もし採択されなくても、こういったプロセスに大きな価値があると思います。採択された場合、得られるものはもっと大きいです。海外渡航の経験はもちろん、主体的に考え行動することの面白さを知ることができます。それは自信とやりがいに繋がります。充実した学生生活を送るための起爆剤になると思います。是非、一度挑戦してみてください。

■ 主な奨学金の使途

*渡航費

*宿泊費

*食費

*交通費

*海外旅行保険 など